

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu periode dalam rentang kehidupan manusia, dimana pada masa ini terjadi perubahan baik fisik maupun psikis. Perubahan-perubahan ini tidak jarang menimbulkan berbagai permasalahan pada masa tersebut. Hurlock (1980:208) menjelaskan bahwa masa remaja itu adalah "*Problem Age*" hal ini dapat dipahami karena pada masa remaja terjadi transisi sosialisasi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Senada dengan Hurlock, Santrock (2003:20) juga menjelaskan bahwa masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan dalam rentang kehidupan individu dimana masa ini merupakan peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan pada fisik, kognitif, sosial dan emosional.

Pada masa remaja terdapat tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikan dengan baik, salah satunya adalah mampu menerima keadaan tubuh dan menggunakannya secara efektif (Havighurst dalam Sarwono, 2006:40). Namun, pada kenyataannya banyak remaja yang tidak mampu mencapai tugas perkembangannya dengan baik. Ada remaja yang tidak menerima serta merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. Rasa ketidakpuasan pada bentuk tubuh terjadi karena adanya perubahan fisik, baik perubahan tinggi badan, berat badan dan proporsi tubuh yang menyebabkan bentuk tubuh tidak sesuai dengan bentuk tubuh ideal yang diinginkan. Dengan demikian, perubahan fisik tersebut dapat

menjadi salah satu sumber permasalahan utama pada remaja. Hal ini didukung oleh pendapat Conger dan Peterson (dalam Sarafino, 1998:238) yang mengatakan bahwa pada masa remaja, para remaja mulai menyibukkan diri dengan penampilan fisik dan ingin merubah penampilan mereka. Keinginan ini disebabkan karena remaja sering merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya, remaja juga merasa bahwa tubuh yang mereka miliki tidak ideal dan menarik.

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan pada Hari Sabtu & Minggu tanggal 6 dan 7 Oktober 2018 terhadap 5 orang remaja perempuan yang berstatus pelajar SMA di Kota Pekanbaru mengenai pendapat mereka terhadap bentuk tubuhnya. Dari hasil wawancara tersebut diketahui bahwa kelima remaja perempuan merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimiliki saat ini. Alasan yang dikemukakan cukup bervariasi, seperti karena merasa gemuk dan tidak percaya diri dengan keadaan tubuh yang sekarang, memiliki paha dan lengan yang besar, memiliki perut yang buncit, serta merasa tidak nyaman ketika berada di tempat keramaian dengan bentuk tubuh yang dimiliki sekarang.

Ketidakpuasan remaja akan bentuk tubuhnya juga ditemukan dari beberapa penelitian, diantaranya yang dilakukan oleh Aprilianti (2011) yang melakukan penelitian di kota Palangkaraya. Hasil penelitiannya menemukan 59,7% remaja usia 16-18 tahun merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Syahrir, Thaha & Jafar (2013), dalam penelitiannya juga menemukan bahwa sebanyak 33,8% siswa di SMA Athirah Makassar mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya. Meskipun terdapat beberapa data mengenai prevalensi

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ketidakpuasan tubuh di Indonesia, namun studi mengenai ketidakpuasan tubuh di Indonesia masih sedikit.

Rosen dan Reiter (dalam Safarina & Rahayu 2015:536) menjelaskan bahwa ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh atau *body dissatisfaction* adalah keterpakuan pikiran akan penilaian yang negatif terhadap tampilan fisik ketika berada di lingkungan sosial. Sejcova (2008:174) juga berpendapat bahwa *body dissatisfaction* sebagai pemikiran dan perasaan negatif terhadap bentuk tubuh, yang muncul ketika gambaran seseorang tentang bentuk tubuh tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang dimiliki. Jadi, *Body disstasifaction* adalah evaluasi negatif seseorang terhadap bentuk tubuhnya akibat bentuk tubuh yang dimiliki tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang diinginkan sehingga timbul perasaan malu dengan keadaan fisik ketika berada di lingkungan sosial.

Body dissatisfaction lebih banyak dialami oleh remaja perempuan dibandingkan remaja laki-laki. Pada umumnya, remaja perempuan lebih kurang puas dengan keadaan tubuhnya dan memiliki lebih banyak gambaran tubuh yang negatif dibandingkan dengan laki-laki selama masa pubertas (Brooks-Gunn & Paikof; Henderseon & Zivian; Philips dalam Santrok 2003:91). Hal tersebut dikarenakan pada saat mulai memasuki masa remaja, seorang perempuan akan mengalami peningkatan lemak tubuh yang membuat tubuhnya semakin jauh dari bentuk tubuh yang ideal. Remaja perempuan selalu mengidentikkan tubuh yang sangat kurus dengan kecantikan, sedangkan remaja laki-laki menjadi lebih puas dengan tubuhnya karena massa otot yang meningkat (Philips; Seiffge-Krenke dalam Santrock, 2003:92). Pernyataan Philips; Seiffge-Krenke itu sesuai dengan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

esteem yang dimiliki remaja. Oleh karena itu, semakin buruk *self esteem* yang dimiliki remaja maka akan semakin tinggi *body dissatisfaction* remaja tersebut. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tiggeman (2005) juga menemukan bahwa terdapat hubungan timbal balik antara *self-esteem* dengan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan, artinya sewaktu-waktu *self esteem* mampu memprediksi *body dissatisfaction* dan pada waktu yang lain *body dissatisfaction* juga mampu memprediksi *self esteem* pada remaja perempuan.

Menurut Baron dan Byrne (2005:173) *self esteem* adalah evaluasi diri yang dibuat oleh masing-masing individu, sikap seseorang terhadap dirinya sendiri disepanjang dimensi positif-negatif. Sementara itu menurut Santrock (2003:183), *self-esteem* adalah sebagai suatu dimensi evaluatif yang menyeluruh dari diri yang juga disebut sebagai harga diri yang digambarkan dengan sikap positif atau negatif. Jadi, dengan mengacu kepada pendapat Baron & Byrne dan Santrock di atas, maka dapat dikatakan bahwa *self-esteem* merupakan penilaian yang dibuat individu sebagai hasil evaluasi terhadap dirinya yang diungkap dalam sikap positif atau negatif yang mempengaruhi perilakunya dalam kehidupan sehari-hari.

Heatherton & Polivy (1991) dalam penelitiannya menemukan bahwa di dalam *self-esteem* terdapat aspek fisik yang tentu saja berpengaruh terhadap perkembangan tubuh. Apabila remaja memiliki *self esteem* yang baik maka akan memiliki evaluasi yang positif terhadap dirinya sehingga akan menunjukkan sikap yang baik, seperti merasa percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki, merasa orang lain dapat menerima, menghormati dan menghargai dirinya dan menganggap bahwa penampilan fisiknya menarik terutama pada bentuk tubuh,

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sehingga remaja tersebut memiliki *body dissatisfaction* yang rendah, karena evaluasi terhadap tubuhnya positif yang disebabkan oleh evaluasi diri yang positif. Begitu juga sebaliknya dengan remaja yang memiliki *self-esteem* yang buruk, mereka akan merasa tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki, khawatir akan penilaian orang lain terhadap dirinya dan menganggap bahwa penampilan fisiknya tidak menarik, sehingga *body dissatisfaction* pada remaja menjadi tinggi. Hal ini disebabkan karena adanya evaluasi negatif terhadap tubuh yang dimiliki yang disebabkan oleh evaluasi yang negatif terhadap dirinya. Rahmania & Yuniar (2012) di dalam penelitiannya juga berpendapat yang sama seperti yang diungkapkan oleh Heatherton & Polivy, Rahmania & Yuniar mengatakan bahwa di dalam *self esteem* terdapat dimensi fisik yang berpengaruh terhadap gambaran tubuh pada remaja.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas yang disertai dengan hasil-hasil penelitian terdahulu yang menemukan bahwa *self esteem* mempunyai hubungan yang kuat dengan *body dissatisfaction*, maka yang menjadi pertanyaan adalah “apakah *self esteem* mampu memprediksi *body dissatisfaction* pada remaja perempuan?”. Hal inilah yang mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul prediksi *self esteem* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan pada latar belakang masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan menjadi “apakah *self-esteem* mampu memprediksi *body dissatisfaction* pada remaja perempuan?”

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah benar *self esteem* mampu memprediksi *body dissatisfaction* pada remaja perempuan.

D. Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelusuran terhadap penelitian-penelitian sebelumnya, peneliti menemukan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan, penelitian tersebut antara lain:

1. “*Prospective Predictors of Body Dissatisfaction in Adolescents Boys and Girls*” dilakukan oleh Paxton, Eisenberg & Neumark (2006). Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa salah satu prediktor yang mampu memprediksi *body dissatisfaction* pada remaja adalah *self esteem*. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama meneliti tentang *self esteem* dan *body dissatisfaction*. Perbedaannya terletak pada variabel bebas dan subjek penelitian. Pada penelitian Paxton, Eisenberg & Neumark yang menjadi variabel bebas adalah status berat badan, orangtua yang melakukan diet, teman sebaya, suasana hati yang sedang depresi dan *self esteem*, sedangkan pada penelitian ini, hanya fokus kepada satu variabel bebas saja yaitu *self esteem*. Selain itu, pada penelitian Paxton, Eisenberg & Neumark ini yang menjadi subjek penelitiannya adalah remaja laki-laki dan perempuan, sedangkan pada penelitian ini subjek penelitiannya hanya remaja perempuan saja.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. “*The Link Between Body Dissatisfaction and Self-Esteem in Adolescents*”

oleh Berg, dkk (2010). Penelitian ini menyimpulkan bahwa *self-esteem* dan *body dissatisfaction* memiliki hubungan yang kuat. Remaja yang memiliki *body dissatisfaction* yang tinggi maka ia memiliki *self-esteem* yang buruk.

Di dalam hasil penelitian ini juga ditemukan bahwa remaja laki-laki lebih memiliki *body dissatisfaction* yang rendah dibandingkan remaja perempuan sehingga mereka memiliki *self-esteem* yang baik. Hal ini dikarenakan remaja perempuan lebih rentan terhadap tekanan sosial berupa penampilan fisik. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama meneliti tentang *self esteem* dan *body dissatisfaction*. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada subjek penelitian. Pada penelitian yang dilakukan oleh Berg, dkk menjadikan laki-laki dan perempuan sebagai subjeknya, sedangkan pada penelitian ini subjeknya adalah remaja perempuan saja. Selain itu, pada penelitian Berg, dkk ini hanya melihat hubungan antara *self esteem* dan *body dissatisfaction*, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah untuk melihat apakah *self esteem* mampu memprediksi *body dissatisfaction*.

3. “*Body dissatisfaction and Adolescent Self-Esteem*” oleh Tiggeman (2005).

Dari hasil penelitiannya ditemukan bahwa *body dissatisfaction* dan *self-esteem* memiliki hubungan yang timbal balik. *Body dissatisfaction* dapat memprediksi *self esteem* dan *self esteem* juga dapat memprediksi *body dissatisfaction*. Maka dapat disimpulkan dari penelitian ini bahwa *body*

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dissatisfaction dan *self esteem* memiliki hubungan yang dapat memprediksi satu sama lain. Persamaan penelitian Tiggeman dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama sama meneliti tentang *self esteem* dan *body dissatisfaction*. Sedangkan perbedaannya terletak pada tujuan penelitiannya, pada penelitian Tiggeman ini tujuan penelitiannya adalah untuk melihat hubungan antara *body dissatisfaction* dan *self esteem* sedangkan penelitian yang peneliti lakukan adalah untuk melihat apakah *self esteem* mampu memprediksi *body dissatisfaction*. Selain itu letak perbedaannya yang lain adalah pada teori dan alat ukur yang digunakan. Pada penelitian Tiggeman, menggunakan teori dan alat ukur *self esteem* dari Rosenberg (1965), sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan menggunakan teori dan alat ukur *self esteem* dari Heatherton & Polivy (1991). Untuk *Body dissatisfaction*, Tiggeman menggunakan tiga alat ukur yaitu dua alat ukur yang dibuatnya sendiri pada tahun (1996) dan satu alat ukur yang dibuat oleh Stunkard, Sorenson, and Schulsinger (1983), sedangkan pada penelitian yang akan peneliti lakukan, menggunakan teori dan alat ukur *body dissatisfaction* dari Copper, Taylor, Cooper & Fairburn (1987).

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu yang telah dijelaskan, walaupun telah ada penelitian yang melibatkan variabel *self esteem* dan *body dissatisfaction*, namun tetap berbeda dengan penelitian yang peneliti lakukan. Peneliti hanya melakukan penelitian ini pada remaja perempuan saja dengan *body dissatisfaction* sebagai variabel terikat dan *self-esteem* sebagai variabel bebas. Dengan demikian, maka topik penelitian yang akan peneliti lakukan ini adalah benar-benar asli.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

E. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan, sehingga dapat berguna bagi dunia psikologi terutama dalam ranah psikologi klinis, psikologi perkembangan, dan psikologi kesehatan, serta dapat menjadi referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi remaja bahwa perubahan bentuk tubuh di masa remaja itu merupakan suatu hal yang normal, dan para remaja diharapkan dapat berfikir realistis serta menerima dan menggunakan secara efektif tubuh mereka.